



**Caroline Decré**

Spécialiste du sommeil de l'enfant

**Formation professionnelle**

**Accompagner le sommeil  
du jeune enfant et de sa famille  
en consultation sommeil**

# Devenir consultant en sommeil

## Pour qui ?

Vous êtes professionnel de la petite enfance, de la santé, ou tout autre profession en lien avec l'accompagnement et souhaitez accompagner les familles dans la grande aventure du sommeil ?

Vous travaillez déjà dans le milieu de la petite enfance et aimeriez diversifier votre activité ? Le sommeil de l'enfant est un sujet qui vous touche et vous avez envie de vous former ?

Vous avez une sensibilité particulière pour la relation d'aide et aimeriez mettre à profit vos compétences humaines au service des familles ?



**Cette formation est faite pour vous.**



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant

# Devenir consultant en sommeil

## Pourquoi choisir la formation ?

Le sommeil des enfants représente le premier motif de consultation chez les parents. L'épuisement parental est aujourd'hui un véritable enjeu de santé publique. Face à une demande en constante évolution, beaucoup de conseils et d'injonctions qui ne sont pas toujours aidant pour les parents.

Caroline Decré vous propose une formation complète, basée sur son expérience de plusieurs années auprès des familles.

Infirmière puéricultrice et maman de 3 enfants, elle a développé une approche unique qui a fait ses preuves pour de nombreuses familles.

Parce qu'il n'est pas question de méthodes, vous découvrirez les connaissances indispensables pour accompagner les familles en quête de sommeil. Cette formation est très axée sur la pratique. Vous bénéficierez d'outils originaux et ludiques créés par Caroline Decré.

La formation de spécialiste du sommeil permet à chaque professionnel de mettre au jour sa propre sensibilité et son identité au service des familles. Au delà de la formation, c'est une vraie aventure humaine qui vous est proposée.

**La formation consultant.e en sommeil c'est :**

**38** professionnels formés depuis octobre 2022

**100%** des stagiaires se sentent en mesure réaliser des consultations sommeil au terme de la formation

**100% des stagiaires** recommandent la formation



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant



# Devenir consultant en sommeil

## Un mot de votre formatrice

Je m'appelle **Caroline Decré**, je suis **infirmière puéricultrice et maman de 3 enfants**. Je suis **spécialisée dans le sommeil des enfants de 0 à 10 ans depuis maintenant 7 ans**.

J'ai longtemps hésité à proposer des formations sur le sommeil et l'accompagnement parental par peur de ne pas réussir à **transmettre toute la richesse et la complexité de mon métier**.

Chaque famille qui vient en consultation **dépose ses valises et recherche un soutien bienveillant** dans une période particulière de sa vie. En toute honnêteté, **mon approche a énormément évolué** depuis mes débuts. D'une approche centrée sur le sommeil de l'enfant, **je travaille aujourd'hui sur une prise en charge beaucoup plus complète de la famille**.

Je suis très touchée aujourd'hui de pouvoir **transmettre cette expérience** auprès de vous. Il existe un **tel besoin de soutien auprès des parents et des familles**, qu'il devient urgent de former des professionnels compétents pour y répondre.

Plus qu'une transmission de savoir, **les formations permettent des rencontres et des partages précieux** qui participent à l'enrichissement de nos pratiques professionnelles.

C'est une certitude aujourd'hui : le but de ces formations est de permettre à chaque professionnel de **mettre en valeur tout son potentiel** pour accompagner les familles d'une **manière unique et belle**.

**Merci à vous pour votre confiance. Au plaisir de faire votre connaissance.**



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant

# Découvrir la formation

## Objectifs de la formation

Acquérir des connaissances approfondies et actualisées sur la physiologie du sommeil de la naissance à 7 ans.

Acquérir des connaissances approfondies et actualisées sur l'installation du rythme veille/sommeil normal et pathologique au cours des 7 premières années de la vie.

Connaître et définir les parasomnies du jeune enfant.

Reconnaître les causes environnementales, développementales, émotionnelles ou médicales des troubles du sommeil chez le jeune enfant

Pouvoir instituer une prévention des difficultés de sommeil chez l'enfant auprès des familles.

Savoir accompagner les parents dans la prise en charge des troubles du sommeil du jeune enfant en prenant en compte leur état d'épuisement.

Savoir mener une consultation sommeil pour un enfant de 0 à 7 ans.



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant

# Le programme

## Jour 1

Le sommeil de l'enfant dans notre société  
Développement psycho-affectif de l'enfant  
Alimentation / allaitement et sommeil  
La physiologie du sommeil  
Chronobiologie  
Les parasomnies : cause et prise en charge  
Les besoins et les rythmes en fonction des âges  
L'agenda du sommeil  
Les troubles du sommeil : mécanismes d'installation  
L'épuisement parental et ses répercussions

## Jour 2

### La consultation sommeil

L'accueil en consultation de l'enfant et ses parents  
La relation de confiance  
L'anamnèse  
Identifier la cause des difficultés de sommeil  
Cas pratiques

## Jour 3

L'angoisse de séparation  
Prendre soin du lien parent-enfant  
Le couple parental  
Les difficultés d'endormissement  
Outils pour accompagner les endormissements  
Cas cliniques



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant

# Le programme

## Jour 4

Les réveils nocturnes  
L'alimentation nocturne  
Les siestes fractionnées  
Les réveils précoces  
Outils et conseils aux parents  
Cas cliniques  
Observation et analyse de consultation

## Jour 5

Observation et analyse de consultation  
Validation des connaissances  
Cas pratiques

## Jour 6

Le lancement d'activité  
Affiner son identité professionnelle  
Réfléchir à ses axes de communication  
La posture professionnelle  
Conseils pratiques pour démarrer son activité

## Jour 7

Bilans de formation

Consultation menée par le stagiaire prévues 2 mois post formation



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant

# Informations pratiques

## Pré requis :

Etre professionnel de santé ou de la petite enfance diplômé d'état (IDE, IDE puer, EJE, Educ spé, sage-femme, psychologue, ostéo, médecin, pédiatre, enseignant, et autres professions sur CV)

Et/ ou suivre ou avoir suivi une formation en lien avec l'accompagnement de l'enfant et sa famille (CAP petite enfance, Doula, consultante en allaitement et autre formation sur CV)

et avoir une expérience d'au moins 1 an dans l'accompagnement de l'enfant et sa famille.

Fortement recommandé : connaissances sur le développement psychomoteur et psycho-affectif de l'enfant et sur l'allaitement et l'alimentation de l'enfant.

N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions concernant les pré requis.

## Modalités pratiques :

**59.5 heures de formation (52h hors pauses) avec Caroline Decré (7 jours)**

**4 jours de formation et 3 jours de cas pratiques + mise en situations pour voir un maximum de cas concrets**

**Horaires : 9h / 17h30**

**Des ateliers interactifs** entre participants

**Des tests de connaissance (QCM)** et des cas pratiques à l'écrit pour valider vos acquis

**Observation et réalisation de consultations** en situation réelle

**Des outils originaux** créés par Caroline Decré

**Une attestation de formation** une fois la formation validée

**Nombre de places limité à 15 participant(e)s**

Dates : **Consulter le calendrier des formations ci dessous**

Lieu : Visio

**Tarif : 2550 € Net de taxes (règlement en 3 échéances)**

**Formation accessible aux personnes en situation de handicap**

**Référent handicap :** Mme Decré Caroline

[cdecree.consultations@gmail.com](mailto:cdecree.consultations@gmail.com)



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant

# Calendrier de formations

## FEVRIER / MARS 2024

19,20,22,23 février et les 18,19,21 mars 2024

Modalités :visio

## MAI / JUIN 2024

27,28,30,31 MAI 2024 et les 24,25,27 juin 2024

Modalités : visio

## OCTOBRE / NOVEMBRE 2024

14,15,17,18 octobre et les visio non défini

**Les autres dates de 2025 seront publiées prochainement**



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant

# Vous inscrire

Merci d'envoyer votre CV et une présentation de votre projet à [cdecre.consultations@gmail.com](mailto:cdecre.consultations@gmail.com)

Après analyse de votre projet, nous vous contacterons par mail pour programmer un entretien en visio pour faire connaissance, prendre en compte vos besoins et attentes, répondre à toutes vos questions, vous présenter les valeurs et le contenu détaillé de la formation.

La validation de l'inscription se fait à la signature du contrat de formation après entretien. Inscriptions ouvertes jusqu'à 3 semaines avant le premier jour de la formation.

Contact : Caroline Decré - [cdecre.consultations@gmail.com](mailto:cdecre.consultations@gmail.com)

**A bientôt !**



**Caroline Decré**  
Spécialiste du sommeil de l'enfant